

# 願成寺報

平成二十四年九月十六日

〒四四〇・〇八二二 豊橋市東新町二十八番地

☎ 〇五三二・五二・九六〇一

## 秋季彼岸・永代経のご案内

左記により勤修いたします

万障お繰り合わせて お誘い合わせてお参り下さい

## 草取り会

境内・墓地の草取り・掃除会を催します

先回は 雨にも関わらず沢山の方々にご協力頂きました

ありがとうございます

大嫌いな草取りも皆様と一緒にだと楽しくなります

午後には 供餅の餅つきも予定しています ご参加下さい



九月 二十日 (木) 午前十時 草取り会・(午後) 餅つき

二二日 (土) 午後一時 法要

二三日 (日) 午前十時 法要・法話

午前十二時 お斎(昼食)

午後一時 法要・法話

二四日 (月) 午前十一時 法要

法話 岡崎市 浄泉寺住職 戸田 恵信 師

## 「悲しむ心を持つべし」

人生には苦もあるけれど、もっと深い所で悲しいのだと思う。独りでは過ごせない不完全な身に、我執の刃を載せている私。呼び合いながら、傷つけてしまうハリネズミのような存在は、本質的に悲しいのだ。

であれば、その悲しみがカギなのだろう。

人生の意味を問うためのカギは「悲しみ」なのだ。

その悲しみを悲しむことで私の輪郭がハッキリしてくる。

その悲しみを娛樂などで誤魔化してはいけない。

その悲しみをなかつたことにしてはいけない。

その悲しみを、憎しみや怒りや諦めや嫌悪などの

他の感情に置き換えてはならない。

その悲しみを「悲しむ力」を鍛えることが必要だ。

「慈悲に聖道浄土のかわりめあり」 〈歎異第四条〉

動かすことの出来ない身の事実を前に、

どうすることもできない、祈ることしか出来なかつた私、

その自覚が悲しみの正体である。

その自覚の中で、悲しみが呼び合う心であつたことを思い出す。

呼ばれていた：

小さな私の抱えきれない悲しみが、大悲の中に溶けていく。

悲しみの中の暖かきを感じる。

大悲に遇うまで悲しみを純化していくこと。

その過程で私を象っているものを発見する。

念佛申しながら大悲の中で、

私を私として完成させたい。

悲しむ私と悲しみの源を輝かせたい…と思う。



## ● 正信偈ノート ⑤ ・ 弥陀章 II

書き直しを恐れず、今、思い浮かぶところを書き留める

黄色の勤行本の

十六ページから

普放無量無辺光 無碍無对光炎王  
清浄歡喜智慧光 不断難思無称光  
超日月光照塵刹 一切群生蒙光照

あまねく無量・無辺光、無碍・無对・光炎王、

清浄・歡喜・智慧光、不断・難思・無称光、

超日月光を放ちて塵刹を照らす。一切の群生、この光照を蒙る

〔浄土真宗本願寺派・注釈版聖典より〕

### ・ 十二光

仏説無量寿經に依ると、阿弥陀仏は、その功德を光として私達の上に届けて下さっています。このお経では、功德（＝働き）の内容を十二種に命名して表現しています。

始めの三つは「いつでも・どこでも・誰でも」と表現できます。

無量光 無始の過去から永劫の未来まで、時を超えて輝く光

無辺光 どんな辺境の地をも照らし出す光

無碍光 どのような在り方をしていいるのちをも見逃さず済い、

化仏に転じる光

次の七つは、済いの内容を中心として表現しています。

無对光 他と比較したがる我執の心を滅する光

将来受けるべき苦しみの因（罪）を滅じ 安心を与える

炎王光 過去に対する後悔の念を焼き尽くす光

今うけている果（罰・苦しみ）を滅じ 癒しを与える

清浄光 貪欲に穢れた者に そのことを自覚せしめる光

歡喜光 怒りに狂う者に その謂れのないことを自覚せしめる光

智慧光 愚痴に迷う者に その姿を自覚せしめる光

不断光 その光の中で 己の姿を問い返すことを止めさせない光

難思光 それぞれの思議（思慮・考え・心に浮かぶ道理）が狭く

小さいことを知らしめる光

次の二つは、いろいろな教科書を読んでも良く解かりません。

苦し紛れの私見を書きます。余談ですが「解からない」というこ

とは案外大事だと思えます。考え続けるうちに、大事なことが熟成するかも知れません。

無称光 照らされていたと自覚した時、

表現し得ない感動を呼び起こす美しい光？

超日月光

それぞれの今を有意義に活動的に輝かしめる光？

・『照らされて、育てられていた』の感動

地上の生命活動の源は太陽です。太陽は光としてその恵みを届けています。けれど、幼子はそのことを知りません。学校で光合成や食物連鎖を習って初めて知ります。知っても知らなくても、太陽の恩恵の中に在ることに変わりはありません。では、何が変わるでしょう？

太陽の有難さが変わります。そして、それに浴している自分が特別な存在だと気づきます。太陽と地球の位置関係が絶妙なこと等を習い、知見が深まるにつれて、このままがたまたまの今であったと驚きます。驚きの中で今の捉え方が変わります。

親鸞聖人は、お念仏する中で自身を慙愧し、その姿を照らし・浅ましさを赦した阿弥陀仏の功德に感動されたと思います。感動の中で、過去への後悔や未来への不安を統合し、領き、仏様に護られながら、直面する現実と真向いに過ごされたと思います。



## ◆ 本山・開山聖人七百五十回遠忌報恩大法会

### 団体参拝バスツアー御報告

四月の八・九日

総勢二十九名でお参りしてきました。

天候にも恵まれ、大きなトラブルもなく  
楽しく無事に終えることが出来ました。

ただ、本山御影堂は寒かったそうです。

お説教を中座した人もあったようですが、  
風邪をひかなくて良かったですね。

彦根城の桜も蕾のままで残念でした。

写真を見ていると、もう懐かしく感じます。

## 本山納骨堂法会・団体参拝

毎年恒例の日帰り参拝です

市内・近郊のご寺院様と共に貸切バスにて参拝します

■ 期日 平成二十四年十一月三日（土・文化の日）

■ 日程 六時三十分 寺・豊橋駅集合

十時〇〇分 本山着

【参拝・昼食】

十四時〇〇分 **なばなの里**

【観光・買物】

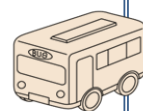
十八時三十分 豊橋着（予定）

■ 会費 九、〇〇〇円

■ 納骨 納骨ご希望の方は一霊につき二万円必要（納骨冥加金）

■ 申込 願成寺までご連絡下さい

■ 締切 十月十五日ごろ



## 「深呼吸」

『呼吸』は、息を吐いて（呼）、吸うと書いています。

けれどラジオ体操では「大きく息を吸って、吐いて」となります。  
なんだか変な感じがします。

現代人は、息を吐く事をおろそかにしている気がします。

吸うことばかり考えて、吐く息を浅くしている。

息をしつかり吐き出さないと、呼吸のテンポが早くなります。

続けていると苦しいし、長く続けると過呼吸になって倒れます。

吐き出す事をもっと大切にすることがあります。

息を吐いていく時間を長くすると自然に腹式呼吸になるそうです。

腹式呼吸は、ストレス解消のために良い呼吸法です。

寝る前に五分間行くと健康にも良いようです。

『正信偈』を二行一息で読むと、自然に腹式呼吸になります。

だんだん眠たくなりますが、ストレス解消できているのですね。

ある先生の話の中に、こんなことを聞きました。

仏教というのは息を吸ったり吐いたりだ。

自力聖道門は、吸う所に教えがある。

行者の目指すべき所、在るべき姿、為すべき努力を中心に説いて

いる。未来志向の仏道と言える。

他力浄土門は、吐く所に教えがある。

そのままの私が、どのような存在かを中心に説いている。

仏の視点から現在を見つめ直す仏道と言える。

吸わなければ吐けないし、吐かなければ吸えません。

どちらも欠くことは出来ません。

けれど、吐き出すことを忘れがちな現代人は、

他力浄土門・浄土真宗を、もっと大切に聞くと良いと思います。

